PE TEME EDUCATIVE

OFERIȚI OARE UN BUN EXEMPLU ATUNCI CÎND FUMAȚI ÎN FAȚA SPORTIVILOR DV. ?...

Dacă fumatul a fost declarat un „pericol public" pentru sănătate, în cazul sportivilor noțiunea se exclude de la sine. Fiindcă un sportiv care fumează își limitează simțitor randamentul, „orizontul" capacității sale funcționale. Cercetători de renume mondial au demonstrat că pînă și o țigară — două consumate la finele unui antrenament sau în pauza dintre reprizele unui meci micșorează substanțial potențialul unui sportiv. De aici, concluzia : țigara trebuie aruncată. Și acest lucru îl poate realiza în primul rînd antrenorul. Iar cea mai bună metodă de convingere, cea mai sigură, nu poate fi decît... exemplul personal. Abordează,



— Și de ce nu aruncați la coș?
— Păi nu se vede coșul, tovarășe profesor, de atîta fum!

Desen de Neagu Rădulescu

oare, antrenorii noștri, în spirit realist, acest important aspect al muncii lor?

În cele mai multe cazuri, da!

Rîndurile noastre vizează însă excepțiile, pe acei antrenori care, fumînd în mijlocul elevilor lor, dau un prost exemplu. Iată cîteva „secvențe" surprinse nu de mult...

La Sibiu, în sala UCFS aveau loc întrecerile de zonă din cadrul campionatelor școlare de volei. În sală se fuma. Iar unul dintre acești fumători era prof. GH. BODESCU, antrenorul uneia din echipele aflate în competiție. Țigară după țigară. I s-a atras atenția. Prima reacție : priviri chiorîșe. I s-a repetat invitația de a stinge țigara sau de a fuma undeva, afară. Abia atunci, înfuriat, prof. Bodescu a părăsit sala...

La Tg. Mureș, în sala clubului sportiv Medicina din localitate erau programate meciurile unei „zone" școlare de handbal. Și aici lume multă, aer irespirabil. Și, la fel ca și la Sibiu, mulți fumători. Printre ei, antrenori cunoscuți ca ATILA MADARAȘ, COLOMAN SOO și ATILA BORBELI. Antrenori și, mai mult, PROFESORI, CADRE DIDACTICE...

...O secvență din natație. Ne-a oferit-o antrenoarea MAGDA CRISTESCU de la clubul Dinamo București. Conducea un antrenament pe uscat, în curtea sălii Floreasca. În ținută de stradă (altă notă proastă pentru un antrenor, criticată deseori de ziarul nostru, ca și de alte organe de presă) și cu... țigara în gură...

...Și un alt exemplu. „Personaj" principal — antrenorul RADU BĂDESCU. Supraveghea antrenamentele echipei feminine de handbal, Progresul București. La fel ca și tovarășa Magda Cristescu, în ținută de stradă și sorbind cu nesaț din țigară...

Am folosit aceste cîteva secvențe pentru a trage un semnal de alarmă, pentru a arăta antrenorilor noștri că au datoria de a veghea — și în acest mod — la sănătatea sportivilor lor, la asigurarea unor condiții cît mai bune de pregătire. Este, de altfel, și o latură a muncii educative pe care antrenorii au obligația de a o desfășura cu sportivii. O latură a unei munci care nu face decît să vină tot în sprijinul antrenorilor, a scopului ce și l-au propus: de a avea sportivi cît mai valoroși, capabili să realizeze performanțe tot mai ridicate.

TIBERIU STAMA

IMPORTANTE HOTĂRÎRI ALE CONGRESULUI FEDERAȚIEI INTERNAȚIONALE DE SCHI

● În februarie 1968, prima ediție a Campionatelor Balcanice ● Un nou sistem de calificare pentru cursa de slalom special din cadrul J. O. ● Val Gardena și Vysoke Tatra vor găzdui C. M. din 1970 ● La 9—10 martie 1968, concursul internațional „Cupa Poiana"

Recent s-a desfășurat la Beirut cel de al XXVI-lea Congres al Federației Internaționale de Schi (F.I.S.), la care a luat parte și secretarul general al F.R.S.B., prof. *Petre Focșeneanu*. La înapoierea în țară, i-am solicitat prof. *Focșeneanu* amănunte asupra celor mai importante probleme discutate și asupra hotărîrilor luate în cadrul Congresului F.I.S

— *Deși lucrările Congresului au avut drept puncte principale de discuții Jocurile Olimpice din 1968 și Campionatele Mondiale din 1970*, ne-a spus secretarul general al F.R.S.B., *voi începe prin a vă informa despre organizarea primei ediții a Campionatelor Balcanice, competiție inclusă în calendarul F.I.S. la datele de 24—25 februarie 1968. La această ediție inaugurală, vor participa reprezentativele României, Iugoslaviei, Bulgariei, Turciei și Greciei la probele de slalom special, slalom uriaș (echipe de cîte 4 seniori și 3 juniori) și fond 15 km și 3x10 km (echipe de cîte 4 seniori). Vor fi alcătuite clasamente individuale și pe echipe, separat la probele alpine și la cele de fond. Campionatele Balcanice din 1968 se vor disputa în stațiunea Vitoșa din Bulgaria. În ceea ce privește J.O., cea mai importantă hotărîre se referă la modul de calificare a concurenților pentru finala cursei de slalom special. După două curse în urma cărora se vor califica 60 de concurenți, va mai fi organizat un slalom care va stabili repartizarea schiorilor în grupe, după care se va da plecarea în proba finală (prima grupă de 20 de concurenți, restul de cîte 10). În privința slalomului uriaș, s-a stabilit ca întrecerea băieților să aibă loc în două manșe, iar cea a fetelor într-una singură. Totodată, s-a hotărît ca la Grenoble cronometrajul să se facă la sutimi de secundă*

— Ce hotărîri au fost luate în privința C.M. din 1970?

— *În primul rînd au fost alese locurile de desfășurare : Val Gardena (Italia) pentru probele alpine, Vysoke Tatra (Cehoslovacia) pentru cele nordice. Mai trebuie să amintesc de hotărîrea ca la Campionatele Mondiale de sărituri din 1970 să se alcătuiască și un clasament pe echipe.*

— În afara problemelor legate de J.O. și de C.M., au fost discutate, desigur, și alte aspecte ale schiului mondial?

— *Da. S-a stabilit, de pildă, ca trofeul „Cupa Mondială", oferit de Uniunea internațională a ziariștilor sportivi, să se dispute în anii în care nu au loc J.O. și C.M., iar cîștigătorului competiției să nu i se acorde titlul de campion mondial. De asemenea, comisia de organizare a competiției și-a propus să studieze posibilitatea participării și a altor țări decît a celor înscrise pînă acum (Franța, Austria, S.U.A., Canada, Italia și R.F. a Germaniei). În sfîrșit, mai trebuie să amintesc că nu s-a aprobat cererea reprezentanților R.D. Germane de a se include în programul C.M. proba de zbor pe schiuri, care rămîne o probă demonstrativă. Și încă o hotărîre care privește direct țara noastră : concursul internațional dotat cu „Cupa Poiana" a fost din nou inclus în calendarul internațional al F.I.S. și programat pentru zilele de 9—10 martie 1968.*

— Cînd va avea loc viitorul Congres al F.I.S.?

— *După alegerea organelor de conducere ale F.I.S. (președinte a fost numit tot dl Marc Hodler-Elveția), s-a stabilit ca viitorul Congres să aibă loc în 1969, la Barcelona.*

D. STĂNCULESCU

MOTO

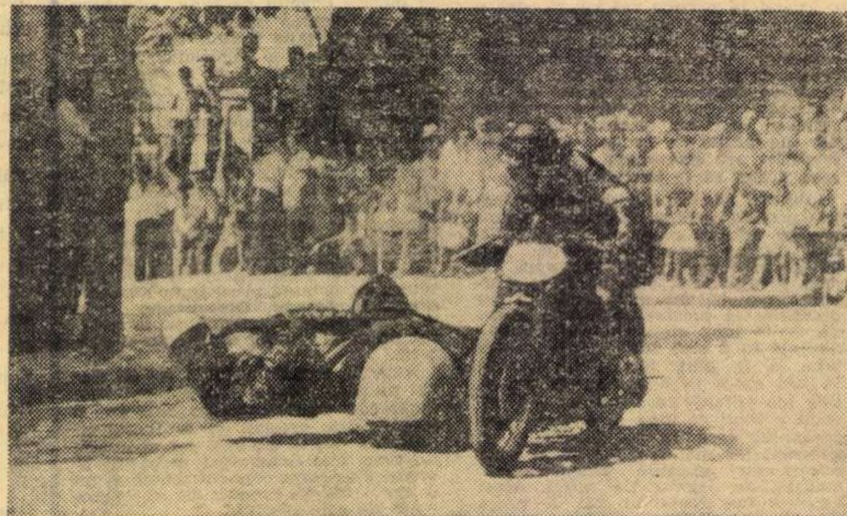
Campionatul republican de viteză pe circuit

Duminică, la Tr. Severin, se va ridica cortina în prima etapă a campionatului republican de motociclism viteză pe circuit. La startul curselor vor fi prezenți Mihai Dănescu, Alexandru Ionescu, Vasile Szabo, Eugen Keresteș, Gheorghe Voiculescu, Petre Paxino (Steaua), Ștefan Iancovici, Tudor Popa, Paul Enescu, Nicolae Dițescu (Metalul), Grigore Bereni, Petre și Ionel Pascotă, Dieter Türbach (Progresul Timișoara), Constantin Pescaru, Ion Ionescu (St. r. Brașov), Werner Hirschvogel, Florian Bejan (C.S.M. Reșița), Mihai Mezincescu, Florian Ștefan (Locomotiva Ploiești), Bujor Manolescu, Nicolae Berloiu (Torpedo Zărnești), Iosif Papp (I.R.A. Satu Mare), Mihai Termentu (Poiana), Nicolae Felea (Metalul Galați), Nicolae Ghițău (Energia Focșani), Ion Lăzărescu (Energia Cîmpina) ș.a. care prin valoarea lor vor oferi spectatorilor curse de înalt nivel tehnic.

În absența de la start a campionilor Gheorghe Ion și Traian Macarie (indisponibili) concurenții de la clasele 250 și, respectiv, 125 cmc se vor strădui să ia un avans care să-i scutească de emoții în etapele următoare cînd, restabiliți, vor intra în lupta pentru titlu și actualii deținători ai lui.

Programul cuprinde probele : 70 cmc (10 ture), 250 cmc (15), 125 cmc (12), 350 cmc (15), 175 cmc (12), 500 cmc (15), ataș (10), care se vor desfășura în această ordine începînd cu ora 9.

Astăzi după-amiază va avea loc antrenamentul oficial pe traseul de concurs la toate clasele în aceeași ordine de mai sus.



Mihai Dănescu (Steaua), campionul categoriei ataș, atacă spectaculos un viraj în plină viteză

Foto Șt. Ciotloș

Juniori buni, seniori slabi! DE CE?

(Urmare din pag. 1)

an de seniorat și restul seniorilor, este un fapt obiectiv, trebuie să se țină seama că programul de antrenament aplicat seniorilor nu poate fi transferat integral și proaspeților seniori. La această teză de principiu, trebuie să adăugăm un fapt real și anume : scăderea vertiginoasă a vîrstei marilor campioni și recordmani ai lumii, chiar și în unele sporturi la care pînă mai ieri aceasta era de domeniul utopiei.

Cum se pot pune de acord aceste două cerințe, evident contradictorii. Opiniem să acceptăm ca valabilă — pentru a lichida elementul de contradicție — necesitatea deosebirii „vîrstei cronologice" (ce constituie criteriul de trecere din grupa juniorilor în cea a seniorilor) de „vîrsta biologică", singura în măsură să exprime maturizarea fizică. De aci, posibilitatea de a suporta volumul de antrenament specific seniorilor, chiar dacă — potrivit vîrstei cronologice — sportivul respectiv este încă junior. Avem temeiuri să ne exprimăm părerea că performanțele mondiale realizate de sportivi la o vîrstă „fragedă" se referă la indivizi care, din punct de vedere biologic, sînt maturi și ca urmare pot suporta eforturile cerute astăzi de nivelul marilor performanțe. Așadar, este important a nu trata problema pregătirii sportivilor în perioada de trecere de la juniorat la seniorat în mod egal pentru toți sportivii, ci în mod diferențiat, după criteriul vîrstei biologice.

Această departajare a sportivilor o dată realizată, elementelor excepționale urmează să li se aplice un regim de pregătire asemănător seniorilor. Ca urmare, pentru sporturile în care dominanta revine îndemînării și vitezei, problema în discuție nu se mai pune, deoarece aceste două calități se pretează vîrstei junioratului și deci, cu atît mai mult, nu poate constitui un impediment în primul an de seniorat. Atenție mărită trebuie acordată însă la acele ramuri de sport la care caracterul predominant îl au forța și rezistența, în sensul respectării capacității sportivilor la eforturile respective, pînă în momentul cînd, fiecare în parte, a devenit într-adevăr „senior" din punct de vedere biologic și nu cronologic.

Din cele spuse pînă acum, rezultă de la sine importanța principiului individualizării în această perioadă de trecere, noile semnificații pe care le capătă în lupta cu timpul și cu performanța.

În privința dinamicii efortului, singurul component care poate intra în discuție, ca factor de variație determinat de diferența de potențial a proaspătului senior (care nu a atins încă vîrsta de maturizare biologică) este „volumul" în ansamblul său, iar din „intensitate" numai pauzele dintre eforturi.

Ca urmare, restul elementelor de intensitate (încărcătură și viteza de execuție), proporția dintre cotele de efort efectuate cu diferite intensități, ca și „complexitatea eforturilor" nu pot suporta modificări, acestea fiind elementele cele mai esențiale ce caracterizează specializarea respectivă. A „umbla" și la acestea înseamnă practic de a determina achiziții ce nu pot fi fructificate în specializarea respectivă.

Un caz aparte îl constituie ramurile sportive la care, o dată cu trecerea juniorului în grupa seniorilor, intervine o modificare esențială a probei (mărirea distanțelor de concurs, a duratei reprizelor, a greutății materialelor de concurs, a schimbării postului în echipă etc.).

În asemenea cazuri, în conținutul antrenamentului sînt foarte multe lucruri de schimbat. În primul rînd este necesară o reconsiderare a posibilităților juniorului la cerințele probei la care trebuie să facă față ca senior. S-ar putea ca în fața noilor cerințe, juniorul „de perspectivă" să nu mai corespundă în aceeași măsură, deoarece între domeniul în care și-a manifestat perspectiva și noua specializare există o diferență esențială. Dacă însă este vorba de calități mai perfectibile, atunci trebuie să avem ceva mai multă răbdare pînă cînd organismul sportivului va face acumulările specifice noilor cerințe. În legătură cu „cantitatea" de răbdare necesară în așteptarea confirmării valorii, s-ar putea enunța că ea este invers proporțională cu gradul de perfectibilitate a calităților ce trebuie dezvoltate și perfecționate.

Față de importanța problemei și a stadiului ei de rezolvare, subliniată de continua scădere a vîrstei marilor performeri, Cabinetul metodic al regiunii UCFS Crișana și-a propus ca, în continuare, să-și păstreze aceeași temă, cu mențiunea ca alături de aspectele metodico-biologice să abordeze și pe cele ce se încadrează în sfera sociologiei sportive.